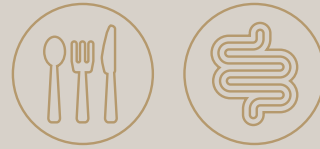


Leaky Gut: der durchlässige Darm

Neben seiner Hauptaufgabe – der Verdauung – produziert der Darm lebenswichtige Vitamine, fungiert als Immunsystem und hält Schadstoffe fern. So ist die Darmschleimhaut eine wichtige Barriere gegenüber schädlichen Allergenen, Krankheitserregern und Schadstoffen.

Falsche Ernährung, Dauerstress, häufige Infekte und Antibiotika setzen dem Darm jedoch mächtig zu. Er wird löchrig (Leaky-Gut-Syndrom). Durch Lücken in der Darmschleimhaut gelangen dann Stoffe in den Blutkreislauf, die dort auf keinen Fall hingehören.

Das Immunsystem reagiert mit der Ausschüttung von Entzündungsstoffen und der sogenannten silent inflammation – Ursache vieler chronischer Krankheiten.



Ihre Darmgesundheit im Blick

Der Darm ist ein wesentlicher Schlüssel zu körperlichem und psychischem Wohlbefinden, für gute Abwehrkräfte und ein starkes Immunsystem.

Profitieren Sie von unserer ganzheitlichen Darmtherapie!



Schlosspraxis Dres. Schlünzen

ALLGEMEINMEDIZIN • GANZHEITSMEDIZIN • ARBEITSMEDIZIN

Schloss Str. 16 / Schloss Hagen • 24253 Probsteierhagen
Tel.: 04348 91 71 0 • Fax: 04348 91 71 30
info@schlosspraxis.net • www.schlosspraxis.net

Ernährungsmedizin und Darmgesundheit

Krankheiten vermeiden durch
individuell richtige Ernährung





Folgen eines gestörten Darms

Auf eine gestörte Darmfunktion lassen sich viele Krankheiten zurückführen, wie z. B. Depressionen, Alzheimer, multiple Sklerose, Parkinson oder auch bekannte Phänomene wie Reizdarmsyndrom, Morbus Crohn, Collitis ulcerosa, Lebensmittelallergien, Asthma bronchiale und diverse Hautkrankheiten. Auch produziert ein gestörter Darm zu wenig des für den Menschen so wichtigen „Glückshormons“ Serotonin.

❖ Doch es gibt wirkungsvolle Hilfe – z. B. gesunde Ernährung.



Darmgesundheit – Voraussetzung für langes Leben

Lange Zeit wurde der Darm als Verdauungsorgan unterschätzt. In Wirklichkeit ist er das wichtigste Immunorgan unseres Körpers. Erstaunliche 80 % der Immunzellen befinden sich hier. Doch Umweltgifte und Schadstoffe in der Nahrung, schlechte Ernährungsgewohnheiten und Bewegungsmangel – all das schwächt unsere Darmgesundheit zusehends.

Dass eine gestörte Darmfunktion nicht nur Auswirkungen auf das Immunsystem, sondern auf den gesamten Organismus hat, ist nur wenigen in der vollen Dimension bewusst.

❖ Wir empfehlen Ihnen: Schenken Sie Ihrem Darm die Aufmerksamkeit, die er verdient.



Darmsanierung – Diagnostik und Therapie

Durch gezielte Diagnostik und Therapien, z. B. mit Probiotika und Mikronährstoffen, lassen sich sowohl die Darmflora als auch die Darmschleimhaut wieder aufbauen.

Wichtig sind mikroökologische Analysen (nach Dr. Jörn Reckel), die folgende Parameter analysieren:

- Zusammensetzung der Darmbakterien
- Übermäßige Pilzbelastung
- Vorhandensein von Verdauungsstörungen
- Hinweise auf eine Immunschwäche
- Veränderungen der Schleimhaut bis hin zum Leaky-Gut-Syndrom (undichte Darmwand)